

12月の予定献立表

令和元年12月2日発行

あおい保育園

日	曜日	主食	副食	果物	おやつ		
			●主菜 ◆副菜 ★汁物	(◇は、手作りのおやつです。) 1~2歳児のみです。			
2	月	ご飯	●鶏肉のマーマレード焼き ◆ひじきの五目煮 ★すいとん	オレンジ	◇わかめおにぎり 米・わかめ お茶	牛乳	
3	火	ご飯豆	●鮭の幽庵焼き ◆小松菜のごま和え ★のっぺい汁	りんご	◇バナナケーキ ミックス粉・バナナ・卵・バター・牛乳	牛乳	
4	水	麺	●ミートスパゲティ ◆エッグサラダ ★白菜スープ	みかん	◇炊き込みおにぎり 鶏肉・切干大根・人参・油揚げ	牛乳	
5	木	ご飯	●すき焼き風煮物 ◆ほうれん草のおかか和え ★かきたま汁	りんご	◇おからクッキー 小麦粉・おから・卵・バター	牛乳	
6	金	ご飯	●コロケ ◆切干大根の酢もの ★ほうれん草のすまし汁	オレンジ	◇牛乳もち 牛乳・片栗粉・きな粉	牛乳	
7	土	ご飯	●穴子の三色丼 ◆白菜のごま和え ★じゃが芋のすまし汁	バナナ	ビスケット 牛乳	牛乳	
9	月	ご飯	●ポークカレー ◆大根のツナ和え ★白菜のすまし汁	りんご	◇ゆかりおにぎり 米・ゆかり お茶	牛乳	
10	火	ご飯	●白身魚のピザ焼き ◆高野と切干大根の煮物 ★卵スープ	みかん	◇大豆かりんとう 水煮大豆・小麦粉・牛乳・黒砂糖	牛乳	
11	水	お弁当 				たいやき 牛乳	牛乳
12	木	ご飯	●豆腐のかにあんかけ ◆ゆず風味酢もの ★わかめと卵のすまし汁	りんご	◇ウインナーパイ パイシート・ウインナー・卵	牛乳	
13	金	ご飯	●肉じゃが ◆納豆和え ★なめこの味噌汁	バナナ	◇ヨーグルトケーキ ミックス粉・ヨーグルト・卵・バター・牛乳	牛乳	
14	土	ご飯	●炊き込みご飯 ◆ひじきの五目酢和え ★豆腐のすまし汁	みかん	せんべい 牛乳	牛乳	
16	月	ご飯	●炒り鶏 ◆白菜のごま酢和え ★麩とえのきのすまし汁	バナナ	◇梅おにぎり 米・梅干し・海苔 お茶	牛乳	
17	火	ご飯	●ぶり大根 ◆ほうれん草のごま和え ★里芋のミルク味噌汁	りんご	◇カレーチーストースト 食パン・マヨネーズ・粉チーズ・カレー粉	牛乳	
18	水	麺	●ちゃんぽん ◆かぼちゃサラダ ★れんこんのきんぴら	オレンジ	◇ピラフおにぎり 米・玉葱・人参・コーン・ベーコン・コンソメ・バター	牛乳	
19	木	ご飯	●豆腐のお好み焼き ◆みぞれ和え ★春雨スープ	みかん	◇焼き芋 さつまいも 	牛乳	
20	金	ご飯	●アンパンマンライス ◆コールスロー ★パンフキンスープ	バナナ	肉まん 牛乳	牛乳	
21	土	生活発表会 				おみやげ 	
23	月	ご飯	●豚大根 ◆小松菜の磯和え ★卵のすまし汁	りんご	◇黒米芋おにぎり 米・黒米・さつまいも お茶	牛乳	
24	火	パン	●鮭グラタン ◆グリーンサラダ ★ポテトスープ	オレンジ	◇クッキー 小麦粉・卵・バター・ココア	牛乳	
25	水	赤飯	●チキンチャップ ◆ポテトサラダ ★コーンのすまし汁	バナナ	◇誕生ケーキ カステラ・いちご 	牛乳	
26	木	ご飯	●マーボー豆腐 ◆小松菜のナムル ★ニラスープ	みかん	◇ココアトースト 食パン・バター・ココア	牛乳	
27	金	麺	●年越しうどん ◆紅白なます・黒豆 ★さつまいもと刻み昆布の含め煮	りんご	◇人参団子 白玉粉・人参・きな粉	牛乳	
28	土	ご飯	●牛丼 ◆小松菜とひじきの和え物 ★麩のすまし汁	みかん	せんべい 牛乳	牛乳	

※行事、材料の都合により献立を一部変更することがあります。
※今月の弁当日は、11日です。

今月の旬



ほうれん草・小松菜・フロッキー・白菜・春菊・里芋・大根・かぶ・れんこん・ごぼう・みかん